

# 「うつ病性障害」の成人女子に対する 外来森田療法の1例

—— 箱庭療法からの切り替え ——

大 住 誠

Key words : うつ病性障害 (Depressive disorders)

箱庭療法 (Sandplay therapy)

外来森田療法 (outpatient Morita therapy)

## I はじめに

「うつ病性障害」で、薬物療法が奏功しない患者に対する外来森田療法の变法を適用した症例を提示する、すなわち、患者が臥床を中心とした生活段階では箱庭療法から開始し、臥床から解放されて日常生活において、森田療法的な行動観察（日常生活上の「思想の矛盾」「精神交互作用」の観察）が可能になった段階で外来森田療法（日々の生活を日記によって振り返る生活療法）へと切り替える方法である。以前筆者等はその方法<sup>(1)</sup>と効果に対する臨床研究<sup>(2)</sup>をおこなってきた。効果に対する臨床研究での対象は「うつ病性障害」の患者であり、日常生活が充分に行えない比較的重篤な「うつ病性障害」の患者30名であった。研究の方法としては、薬物処方を固定し、箱庭療法から始め外来森田療法に切り替えた場合と箱庭療法のみで終結した場合との間で無作為二群比較試験を行った結果明らかに前者の有意差が出た。

ここでの研究もこれまでの臨床研究の継続であり、新たに症例報告という形態で研究報告する。

## II 症例の概要

「精神療法開始時」：初診時 35 歳、女性、無職、既婚

「診断名」：うつ病性障害者

「家族構成」：本人と夫の 2 人暮らし。

「生育歴及び現病歴」：両親は患者が小学 5 年生の時に離婚し、それ以降は母親、患者、2 歳歳下の弟の 3 人暮らし。小・中・高校とも成績優秀で地方の名門国立大学の理学部を卒業した。卒業後 A 社に研究職として入社し、順調な日々を送ったが就労 5 年後あたりから、過労と仕事の責任をめぐり、患者の言い分を聞いてくれない上司に苦しまられたり、一方的に負担を押しつけてくる同僚に追い詰められたりするため、心身ともに消耗し、焦燥感、抑うつ感が発現し、始まり時間に出社することができなくなった。そこで T 心療内科を受診して薬物療法開始をすると同時に休職した。また、両親の離婚にまつわる実弟との葛藤等もあった。その後親しい友人の他界により症状はさらに悪化して、薬物の処方が増量された。そして最寄りの現心療内科に転院した。主治医は、薬物療法を中心とした治療に限界を感じ、また患者が神経症圏であることを理由に、集中的な精神療法を主体とした治療に切り替えることとし、X 年より当心理相談室で精神療法を開始した。

「病前性格」：内向的で生真面目、誠実な性格である。過去の否定的感情への執着が強く強迫的な傾向が強い。森田神経質である（100 点満点中 60 点より森田神経質と診断される自記式森田神経質調査票で、精神療法開始時において 75 点）<sup>(3)</sup>。

### Ⅲ 精神療法の治療過程

精神療法の全治療期間は3年9ヶ月（全65回）であった。精神療法の面接の頻度は2～3週間に1度、1回50分以内とした。なお、面接に臨んで、患者に対しては「箱庭療法から実施して、心理的な安定が図られ抑うつ状態が軽減し日常生活が充分可能になった段階で外来森田療法に移行する」旨を説明した。

#### 第1期 箱庭療法施行期（x年9月～x+1年4月までの13回）

箱庭療法の期間は1回の面接で約20分前後の、共感的に、不問（森田療法では患者が面接場面で訴える症状に対して、治療者があえて取り上げないことを「不問」という）に撤し、傾聴を行い、残された時間を患者の箱庭制作に用いた。なお、箱庭制作中、治療者は箱庭より1メートル離れた場所で患者に背を向けて座り、静かに眼を瞑り、患者に対して侵襲的にならないように注意した。箱庭療法の期間患者は、抑うつ激しい時には寝たり起きたりの生活が続いた。また、面接場面では過去の不当な解雇をめぐる怒りや弟との葛藤が語られた。

（主要な面接のみ記載する、なお治療者をTH、患者はptと略記する）

第1回目はインテークで今後の精神療法の方向性を説明する。

#### 【第2回】（x年10月2日）

pt「相変わらず気力がでて来ない。睡眠時間を充分にとってもだるさはどうにもならず、だらだらとした毎日です。本当にだるいここに来ることも辛いです。職場での上司への怒りのことで頭がいっぱいで、気分の落ち込みも激しいです。それから解雇されたことへの怒りも激しいです」と日々の抑うつや解雇への怒りを語るが、治療者には一方的に感情を表出するptについて行けず共感的に聞き流した（共感的な不問）その後の面接も極

力共感的不問に徹した。

（箱庭1回目）ptは「砂漠の中の椅子」と題名をつけ「いろいろ考えてしまい、遊べないですけど一応砂漠の中に天使が眺めている椅子が2つあります。椅子には誰も座らせない方が自然な感じです。」と説明した。THは、箱庭にまだ慣れず、遊びにはほど遠い印象を感じた。

【第3回】（x年10月16日）

pt「弟としばし没交渉で心の溝が出来ていたが、最近申し訳なそそうに『仲良くしてよりを戻してほしい』と電話があった。その時には甘く対応して言いたいことを言えず、後から、激しい怒りが起こってきた。また、会社で自分の都合の良ように仕事を押しつけた人達が普通の仕事をしていることに腹が立ち、自分は何でこんなに苦しまなければならないのか、考えると今の自分を追い込んだことに責任をとってもらいたい」と怒りを具体的に語り、THはptの会社での傷つき体験の深さとともにそれへの

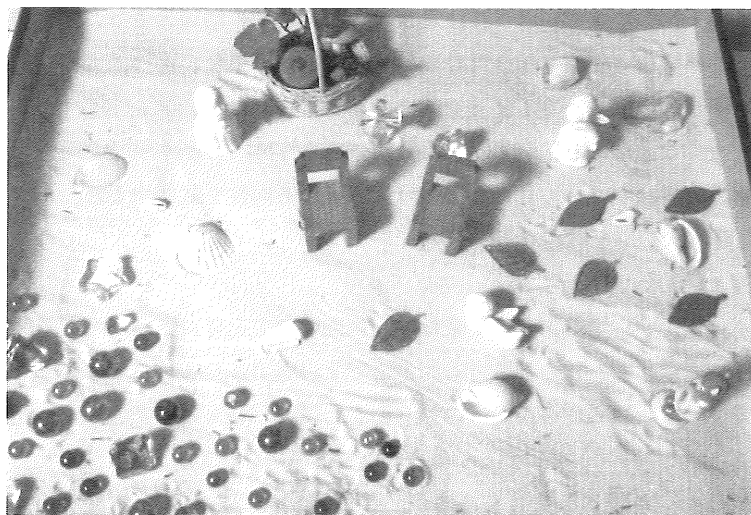


写真1

執われの大きさを実感させられた。

（3回目箱庭）ptは「楽しい海岸と離れ小島」と題名をつけ「多少は遊べました。海岸があり浜辺でたくさんの人が遊んでいる。その様子を人魚が羨ましそうに見ている。でも人魚のところにも魚は集まってくる」と説明した。

【第7回】（x年11月19日）

pt「ここのところ落ち着いてはいます。以前よりは過去の出来事への悪い感情をそのままして置けるようには多少はなっています。最近夢を見ることが多くなり、夢に夫が出てきます。2人の関係にもっと目をむけ、再構築しようというのでしょうか？」と語る。

（6回目箱庭）ptは「にぎやかなお城と静かな森」と題名をつけ「城のある領域と湖、湖の岸边に小さな家と船を置き、城のある領域に白雪姫を置いた。箱庭が多少楽しくなってきました。」と説明した。

【第8回】（x年12月2日）

pt「少しずつはよくはなっている。家事の準備もスムーズにできつつある。ただし、落ち込んだのは、まだ夫が奨学金の返済に事務所に行ってもらわなければならないことだった。それでも、最近ようやく夫に甘えられるようになった。以前だと文句は言えてもそれが出来なかったが自然に出来るようになった」

（第7回箱庭）ptは「川べりと牧場と森」と題名をつけ、「川べり、森、牧場、牛などを並べ森の中にその様子を伺っている熊を置いた」と説明した。

【第9回】（x年12月18日）

pt「主に弟から電話があり、手紙の返信を送った。弟は私との過去のさまざまなぶっかりあいについて、私が文化や物の考え方の違いから齟齬が

生じているに過ぎないと言っても理解してくれない。自分にとって都合の悪い事は受け入れられないかも知れない。放っておけば良いが、そんな事を考えるだけでも気分は落ち込み 10 日も寝たり起きたりの日々であった。すると、突然、『自分の考え、思いに目がいつているだけでは本当の生活をしていない自分』に気がついた。そしてその時はものすごく楽になれた。」

（第9回箱庭）pt は「湖から出てきたマリア像」と題名をつけ「最初は何おいて遊ぶか迷っていました。そこで何となく池を作っていたら遊びのイメージに突然マリア像が池から現れ、周辺に街、そして水の中に魚たちが集まってきました。マリア像が出てきた時には我を忘れていました。我を忘れる事なんか珍しいです。この場（面接室）にも自分が溶け込んできたことがわかります」と説明した。なお、この時後ろ向きで目を閉じている TH もとても呼吸が深まり心地よかった。



写真 2

【第11回】(x年12月18日)

pt「この間は母が実家から来てくれて3人で平和で楽しい日々を送れた。けれども母が帰るとどうも調子が良くない。何か喪失感を感じる。自分は両親が離婚したことで頑張らねばならないと思っていた。そして勉強にもがんばってきた。そうしないと意味がないと思った。けれども、今は夫が母のことを大切にしてくれる。本当に普通に特別でない、ただ3人で過ごせたことが――。本当は自分がそういう事を求めていたのだと気づきました。喪失感に対する執われを離れ、あたかも嫌な感情が流れていく(消えていく)ことが体験できました。」と語った。

(箱庭11回)「湖に浮かぶ船から空を見る」と題し「池のボートにいる私がとても気持ち良さそうにして空を眺めています。今この場でも箱庭に集中していると嫌な事が流れとても気持ちが良いです。この女性が私です」と語った。今回もptが箱庭制作中、THは呼吸が深まりとても心地良い体験が出来た。

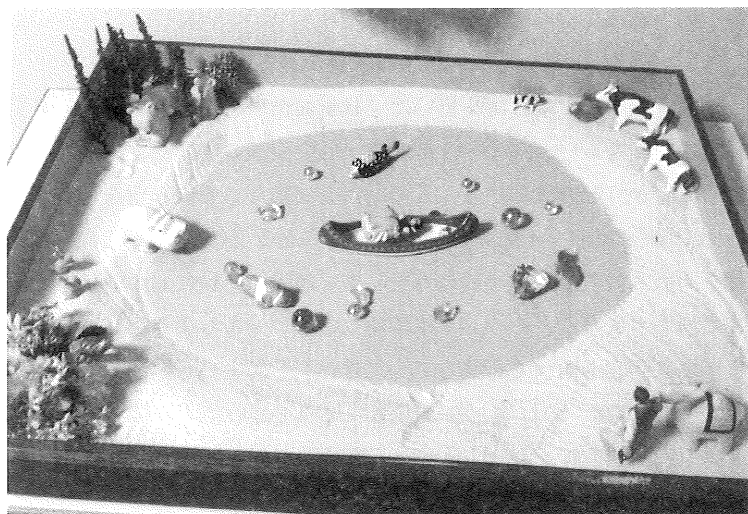


写真3

【第13回】(x年+1年3月28日)

pt「この間、会社で起った事のすべてを時系列で思い出し、それを文章化しました。会社が不条理な退社に自分を追い込んだことに対してしっかりと意見を言いたいと思い、働きかけたのですが、結果的にはだめでした。多少はがっかりしましたが、それを持ちこたえ何とか日常生活は規則正しくしていこうという気持ちが出てきています。」

(箱庭13回) ptは「にぎやかな牧場とそこに住む人々」と題名をつけ、「川べの青い家には一家が住んでいて、庭には木や花で溢れている。一家は牛を飼ったり、鶏を飼ったりしている。川には鳥や魚がいて水はとても綺麗できらきらと輝いている」と説明した。

治療者には今回の面接を通して、患者の心的エネルギーも高まり、規則正しい生活を送る意欲も出てきたことも伺えた。そこで、患者自身が自らの日々の行動の観察も可能であると判断し箱庭療法から外来森田療法に切り替える提案をした。患者はその提案を快く受け入れた。

第2期 外来森田療法実施期

(X+1年4月からX年+3年1月までの53回)

外来森田療法では日記を用いた「日記面接療法」を実施した。日記は毎日書いてもらい、10日～4週間で1回の面接の場面で、患者の目の前で治療者が日記を添削することで助言を加えた。その日記を患者が面接場面で読み10日～4週間分の生活を振り返る面接を進めた。なお、面接を始めるにあたり、心理教育として「過去の体験に対する怒りや不安等に悩まされたら、そうした感情をコントロールしようとせず目の前の家事等に注意を向けて行動してください」と過去の否定的感情に対する「精神交互作用」の打破とその方法「規則正しい生活の確立」について助言した。「精神交互作用」とは、森田による「精神病理仮説」で、神経症の精神症状に対して患者が注意を集中すればするほど、症状に対する感覚が鋭敏になり、鋭敏になった感覚がさらにそこに注意を固着させ



「うつ病性障害」の成人女子に対する外来森田療法の1例

る悪循環の精神過程を述べたものである<sup>9)</sup>。さらに「どんな嫌な気分や感情もそのままにしておけば必ず変化する」という「感情の法則」と「あえて不安感を覚える行為に向かう」と言った「恐怖突入」等を説明した。また、「行動（事実）本位」の生活についても、注意を外界に向けさせるために、特に五感を外界に開く重要性を伝えた。なお、日記の形式は起床時、午前、午後の主に行動出来た内容とその日の感想、就寝時間など生活の観察を主な内容としたものである。

ここでは主要な日記のみを取り上げる。

前期（X年+1年4月から11月までの15回：規則正しい生活のルーティン確立と、不安、抑うつへの「精神交互作用」の打破、「感情の法則」の体得、行動本位の生活を身につける時期）

（日記）

1 第3回目の面接（X+1年4月某日）

天気：晴れ

起床：8時30分

就寝：22時

午前：病院で不妊治療外来の検査を夫が受け、それに付き添う。

午後：疲労のため簡単な夕食作り

感想：夫からは「うつ」も良くなってきているのですぐにも「不妊外来」に入るべきだと言われる。私は夫の言うことに不安になったが、とりあえず、今はあまりそのことを考えず、目先の生活に目を向けたい。

以上に対して治療者は「規則正しい生活も出来ているし、不安への対処もこれで良いでしょう」と「生活のルーティン」の確立と「行動本位」の生活を支持した。なお、「うつ」の現在の症状においては、妊娠に関する事象は避けたいと治療者は考えたが、今後の夫婦間でその事に対して話し

いをすることが推測出来たのであえて、助言しなかった。

2 第6回目の面接（x年+1年5月某日） 天気：曇り

起床：7時

就寝：24時

午前：気分が落ち込み過去の職場の嫌な体験を思い出し怒りが出てきて、それに執われながら、だらだらと家事を行った。

午後：少しだけ昼寝をして、その後就労する時に取得していた方がよい資格について調べたりした後だらだらと家事をおこなった。

感想：過去の嫌な出来事を思い出し、そのまま寝てしまいたかったが、なんとかだらだらと家事をしたり、僅かな時間だけ昼寝をして、資格について調べたりしていたら、気分の落ち込みが流れてしまった。

治療者は「午前中はそのまま寝込まないで、たとえ「嫌な感情」に執われても、目的本位の生活が出来たことが良かったです。また、気分が落ち込んだ時には、短時間昼寝をして目がさめたらゆっくり動いてください。その時に呼吸を整え周囲に五感を開きましょう。」と「行動本位」の生活と「感情の法則」の体得を支持、助言した。

3 第12回目の面接（X+1年7月某日） 晴れ

起床：7時

就寝：23時

午前：洗濯、家事

午後：短時間の昼寝、買い物、家事

感想：ゆっくりとした日々が流れています。ただし、テレビの討論番組で解雇問題が取り上げられ、過去の思い出が出て来てそれに執われましたが番組を切り替えるだけで大丈夫でした。不思議

です。それから最近時間が早く流れていくような感じがします。

治療者は「過去に執われることも自然です。けれども時間はこのように流れていきます。それを感じられるようになっただけでも良くなっています」と否定的感情に対する「精神交互作用」の打破、「感情の法則」の体得を支持した。

中期（X年+1年12月からX年+2年12月まで24回：不妊治療の決意と「恐怖突入」の体験。将来の研究者生活への準備等「生の欲望」が賦活する時期）

4 第21回目の面接（x年+2年1月某日） 晴れ

起床：7時

就寝：24時

午前：家事

午後：病院に行き、排卵を決定した。帰宅後家事を行い、再び病院に行き不妊治療を行った。

感想：土曜日の排卵がうまくいき安心した。ホルモンの値が低いのが心配であるが、考えても事実はかわらない。やるべき事をやるべきである。不安が流れ事実だけを受け入れられつつある。

治療者は「それで良いのです」と患者の「恐怖突入」を支持した。また、不妊治療について夫婦間での話合いが十分に持たれたとのことなので、治療者は介入しなかった。

5 第32回目の面接（X年+2年4月某日） 晴れ

起床：7時

午前：1時間半かけて東京に出かけ（研究職時代の恩師の紹介）で化

学研究の講義を受ける。

午後：以前会社で上司から嫌がらせを受け、仕事を辞め、私の人生は取り戻せないという執われは残ってはいても、以前の仕事に関係なく、勉強会や講座にも参加したいし、参加することが出来ました。このような機会を与えてくださった研究所の諸先生に深く感謝します。

治療者は「新しい挑戦が出来るようになりました。多少不安であっても、新しい事に挑戦するこの気持ちを大切にしてください。」と患者の「生の欲望」を支持した。

終結期（X 年+2 年 12 月から X 年+3 年 1 月までの 14 回：「純な心」が賦活する時期。この期間、日照権をめぐる新隣家とのトラブルはあったものの患者は「出産への準備」を無事果たす。）

6 第 49 回目の面接（X 年+2 年 12 月某日）

晴れ

起床：6 時 50 分

就寝：10 時

午前：家事と新しいおかず作り

午後：散歩、近所の人たちとの会話

感想：気力が充分になかったが、午後昼寝を少しして、ゆっくり動いたら普通に家事が出来るようになった。外出したら、ご近所から妊娠した身体への気遣いの言葉をかけて頂きに有り難かった。たとえ、隣に新しく 3 階建てのビルが建って、日当たりが悪くなくてもこうした近所の人たちがおられるので安心して暮らしていける。これは日当たりよりも大切なことである。子どもを産んで育てるためにも本当に大切であると思う。

## 「うつ病性障害」の成人女子に対する外来森田療法の1例

治療者は「良いですね。特に何も言うことはありません」と一言だけ日記に答えた。患者に「純な心」が賦活してきたことを確認できた。

### 7 第53回目の面接（X年+3年1月某日）

晴れ

起床：6時30分

就寝：9時

午前：実家の母がきてくれているので洗濯だけをした。

午後：昼寝と手芸

感想：少し暖かくなって空がとても青かった。手芸を母に手伝ってもらった。「生まれてくる子どもが喜んでくれるといいなあ」出産や子育てにも不安がなく大丈夫だと思う。ただ流れていこうと思う。

治療者は「いいですね」とひとことだけ書いた。その後患者は2月に無事女兒を出産して、現在は子育ての最中である。今回をもって患者の症状の軽快と妊娠のために面接室への通所が困難となったことから、精神療法は一応終結とした。

## IV 結果

症状評価には自記式の「神経質調査票」（2択式で25問、15問「はい」と答えると森田神経質<sup>(4)</sup>、「SDS」（（自己評価性抑うつ性尺度）で、20項目、4段階（1～4点）合計点を算出して、うつ病の重症度を評価する）、GAF<sup>(5)</sup>（心理、社会的および職業的機能の全体的評価尺度で医師が実施する。0点（最低の機能）から100点（最高の機能）の間を評価する）を用いた。精神療法開始時（第1回）、箱庭療法終了時（第2回）、外来森田療法終了時（第3回）の3回実施した。

	第 1 回目	第 2 回目	第 3 回目
神経質調査票	72 点	72 点	52 点
SDS	60 点	48 点	41 点
GAF	53 点	65 点	75 点

処法：精神療法開始前までは、セルトラリン 50mg/日、ロルメタゼパム 1mg、当帰芍薬散 7.5g を処法していたが、まもなくセルトラリンは中止。X+2 年以降は当帰芍薬散のみになった。

## V 考察

### 1 診断

患者は、自記式の「神経質調査票」においては森田神経質、「森田神経質診断基準」においては症状上の臨床的特徴、症状形成の機制、性格特徴のいずれにおいても「森田神経質」の診断大部分を満たすものであったが特に強迫性・弾力性の項目においては、完全欲、自尊欲求、優越欲求（強迫的に完全に行なわないと気が済まない）などがみられたため森田神経質非定型群に分類した。

また、職場を不当に解雇されたことを契機に、不安抑うつ、興味や意欲の減退、不眠、焦燥感などの抑うつ症状は発展しており、精神的葛藤により慢性化していることで、神経症圏の抑うつ状態と診断した。ただし、抑うつ状態の症状は比較的重度で、閉居がちで断続的に臥床をくりかえす毎日を送っていた。セルトラリンを処法されていたが、治療効果は明確でなく、限界を感じていた。患者は、強迫的傾向が強く過去の経験に対する陰性感情に執われてしまうところから、森田療法の適応を考えた。

### 2 治療技法の意義

#### (1) 箱庭療法

箱庭療法では 1 メートル四方の砂の入った砂箱に患者は人間、動物、景

物等のミニチュアを使用して自由に自己表現を楽しむという治療法で、幼児から高齢者に到るまで可能な療法である。治療の対象は幅広く、神経症圏（心身症を含む）から発達障害等にも及ぶ。

箱庭療法における治癒の機転は、治療者と患者との間に転移関係（カルフはここでの陽性転移関係を「母子一体の関係」と名づけた<sup>(6)</sup>）が成立すると患者は箱庭療法の場面を「自由で保護された空間」として体験出来るようになり、心理的な安定が図られ、自己治癒力が賦活化するとされる。その時、患者の心的エネルギーも高まり、箱庭表現に中心が明確になるとされる<sup>(7)</sup>。理由は心理的に安定することで、これまで拡散していた患者の注意、関心が統合され、箱庭表現においても、まとまりや中心が明確になるからである。このような表現は「中心化」と名付けられている<sup>(7)</sup>。なお、毎回の箱庭療法終了時（患者が箱庭を完成した時）、治療者は、あえて箱庭の表現についてその場で分析したり、解釈したりして、患者に伝えることは控えた。さらに患者が箱庭制作中は、後ろ向きに座り目を閉じ直接に患者を見ることを避けた。これは治療者の患者への侵入性に配慮したためである<sup>(8)</sup>。

今症例で「うつ病性障害」の患者に対して「箱庭療法」を試みた理由は、「うつ病性障害」の患者には「強迫的傾向」を持つと言われている。理由は「うつ病」の病前性格の傾向として「強迫的傾向」をあげる宮里等の先行研究が存在し<sup>(9)</sup>、筆者もここでの症例の患者にはそれが該当すると推測したためである。その傾向性を箱庭療法によってある程度緩和し、心理的安定を図ることが出来るものと推測したためである。箱庭療法では治療者や治療空間によって患者が守られ、身体的動きを伴う砂遊びを通して適度な患者の退行が促進されることで治療が展開する。このことを岡田はS・フロイトのいう心理状態の溶解を意味するフュージョンという概念に積極的な意味を見だし、「患者が砂に働きけることで、患者の心理状態が溶解し、自然治癒が促進されると述べている<sup>(10)</sup>。このフュージョンの機能が強迫性の強い患者の自我を柔軟にして心理的安定を促進するための機序の

ひとつになると考えられる<sup>(11)</sup>。たとえば今症例では第9回目の箱庭での「マリア像が出てきた時には我を忘れていた。この場にも自分が溶け込んできたのが分かります。」や第11回の「池のボートで寝ている人がとても気持ちよさそうにして空を眺めています。この女性は自分です。今この場でも箱庭に集中していると嫌なことが流れとても気持ちが良いです。こうした体験は珍しいです」と語った内容にそのことが伺える。以上はまた、患者が治療者とともにいる面接室を「自由で保護された空間」として体験出来るようになったことでもあり、第11回に見られるように箱庭の中心に患者自身を置けたことは、カルフのいう「中心化」とも解釈出来る。以上のような過程を経て、患者の心理的な安定が図られ心的エネルギーも高まり、日常生活への復帰の準備がなされていったものと考えられる。今症例では、不規則な生活から規則正しい生活に向かえたことからそれを伺うことが可能である。

## (2) 外来森田療法

森田療法とは森田生馬（1874～1939）によって創始された精神療法である。形態としては入院森田療法と外来森田療法とが存在する。今症例では簡便であるという理由で外来森田療法を実施した。森田療法では、神経質症（森田神経質）の心理機制として、「思想の矛盾」を取り上げる。「思想の矛盾」とは「かくあるべし」という思想と「かくある」という事実との間の矛盾を意味するものである。「思想の矛盾」は「～したい」という欲求（「生の欲望」）を阻まれると不安やその他の否定的感情に襲われる。それらを思考によって操作することで逆に否定的な感情が強化されてしまう。この現象が「精神交互作用」である。そこで森田療法の治療目標には「精神交互作用」の打破、「思想の矛盾」の打破及びを弱体化させることが求められる<sup>(12)</sup>。その方法が注意を外界に向け、「行動本位」の生活をすることであり、その過程でいかなる否定的感情も時間とともに軽減するという「感情の法則」を体得することである。



今症例で森田療法を実施した理由は「うつ病性障害」の病像について配慮したためである。たとえば、笠原は「うつ病性障害」でとくに神経症的傾向性がつよい症状について、その特徴として、患者が過去の喪失体験（今症例では失職体験）を周囲に訴え、周囲に補償してくれることを求め、その期待に添わないと、それが逆に患者自身の抑うつを正当化する悪循環に陥ることを指摘している<sup>(13)</sup>。この悪循環は「精神交互作用」でもある。そこで筆者は、この悪循環を打破するために外来森田療法を実施して、日記を中心にして日常生活だけを振り返ることに焦点をあてる面接に終始した。結果として、患者と治療者との情緒的關係性から生じる悪循環を防ぐことに寄与出来たことが推測される。また、日記を書いてもらうことで患者が日々の生活を観察し見つめ直すことが出来るようになった。そして、前、中、後期と面接が治療者への転移感情に執われることなく自然に流れ、患者の解雇等をめぐる怒り、恨み等否定的感情に対する「精神交互作用」も打破され「感情の法則」を体得出来るようになった。それは「気分本位」の生活から「行動本位」（事実本位）の生活へと変化して行くことが出来るようになったことでもある。以上は日記4や日記7の「日々が流れる」「ただ流れて行こう」という表現からも伺うことが出来る。

さらに終結期において「日当たりが悪くなくてもこうした近所の人たちがおられるので安心して暮らしていける。これは日当たりよりも大切なことである」「生まれてくる子どもが喜んでくれるといいなあ」等の日記表現から、森田のいう「純な心」の発露も確認することも出来る。「純な心」とは学問的な用語ではなく、森田が臨床場面で、患者に「素直なあ心」や「自然な心」の理解を促すために用いた用語であるが、森田療法では、患者の神経症からの回復を治療者が知るための重要な指標になっている。

おわりに

森田療法の歴史的変遷について森田在世当時から現代までを第一世代か

ら第四世代までに分類され、第4世代として、森田療法と他の精神療法との併用を行う治療者が増えたことが注目されている<sup>(12)</sup>。これらはネオ森田療法と総称されている。このような変法が増加した理由のひとつとして、従来の森田療法では、治療困難な症状の患者が増えてきていることがあげられる。そこで森田療法の技法上の工夫も必要となったものと考えられる。筆者等の実施している箱庭療法から切り替える外来森田療法（日記面接療法）もそのひとつであるが、こうした変法において熟慮しなければならないことは、それが従来の森田療法の根幹を侵食しないことである<sup>(13)</sup>。そこで、筆者は、箱庭療法を森田療法の治療理論を混乱させることのないように閉居がちで、断続的に臥床を繰り返す、患者に対して心理的な安定を図ることを目的に実施した。それはまた正常な日常生活における外来森田療法が実施出来るような準備を整えることになった。箱庭療法はあくまでも森田療法への導入の準備として実施されたものである。

本症例は臨床心理士として大住が心理療法を実施し、主治医の精神科医・朝倉新（新泉こころのクリニック医院長）が診断、薬物療法等の医学的対応、治療を行ったものである。なお、本論文の医学的記載は朝倉の指示・許可のもとに叙述した。

本論文作成、発表にあたっては、患者さんの了解を得るとともにプライバシー保護のために本人が特定出来ないよう一部加工して倫理的な配慮をおこなった。

## 註

一〇九

- (1) 大住誠、宮里勝政、久保木薫他等：パーソナリティ障害を持つ大うつ病性患者への外来森田療法の適応の拡大 日本森田療法学会誌 19：-112 200
- (2) 大住誠、藍沢鎮雄、宮里勝政、山口登：パーソナリティ障害を伴ううつ病性障害に対する精神療法の検討 聖マリアンナ医科大学雑誌 97-104 2010

「うつ病性障害」の成人女子に対する外来森田療法の1例

- (3) 森田正馬：神経質ノ本態及ビ療法 森田正馬全集第一巻 白掲社 東京 193-194 1974
- (4) 北西憲二、藍沢鎮雄、丸山晋、橋本和之：森田神経質の診断基準をめぐって 日本森田療法学会雑誌 6-1 15-24 1995
- (5) American Psychiatric Association 99: quick Reference to the Diagnostic Criteria from DSM-IV-TR 高橋三郎、大野祐：引き 医学書院 東京 2003
- (6) ドラ・M・カルフ：山中康祐監訳・河合隼雄解説 誠信書房 東京 1-20 1972
- (7) 同上
- (8) 織田尚正、大住誠：現代箱庭療法 誠信書房 東京 100-105 2008
- (9) 精神疾患の分類と診断の手宮里勝政、星野良一、大原浩一、他：森田神経質とうつ病執着性格およびメランコリー親和性格の比較検討 レポートリサーチサポート メンタルヘルス岡本記念財団 299-302 1991
- (10) 岡田康伸：岡田箱庭療法の基礎 誠信書房 東京 14-46 1969
- (11) 大住誠、藍沢鎮雄、宮里勝政、山口登：パーソナリティ障害を伴ううつ病性障害に対する精神療法の検討 聖マリアンナ医科大学雑誌 97-104 2010
- (12) 氏原寛、小川捷之他：心理臨床大辞典 培風館 東京 349-353 1992
- (13) 笠原嘉：うつ病臨床のエッセンス みすず書房 東京 15-70 2009
- (14) 牛島定信：人格の病理と精神療法 金剛出版 東京 70-83 2004
- (15) 同上